

Ашан Малый СОШ, 2вт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завт овз

30	Вафли	кКал-16 230, Бел-117, Жир-918, Угл-1 875
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3

Итого за Завт овз кКал-16 268, Бел-117.2, Жир-918.1,
Угл-1 884.3

1-4 класс

150	Суп-пюре из разных овощей	кКал-49.8, Бел-1.74, Жир-2.82, Угл-4.35, С-1.95
150	Макаронные изделия отварные	кКал-123, Бел-3.7, Жир-3.3, Угл-19.7
60	Тефтели из говядины с рисом- "ёжики"	кКал-126.32, Бел-8.1, Жир-6.27, Угл-9.35
200	Чай с лимоном	кКал-40, Бел-0.3, Жир-0.1, Угл-9.5, С-1
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 1-4 класс кКал-456.12, Бел-17.64, Жир-12.89, Угл-67.5,
С-2.95

5-11 класс

150	Суп-пюре из разных овощей	кКал-49.8, Бел-1.74, Жир-2.82, Угл-4.35, С-1.95
160	Макаронные изделия отварные	кКал-98.4, Бел-2.96, Жир-2.64, Угл-15.76
70	Тефтели из говядины с рисом- "ёжики"	кКал-147.38, Бел-9.45, Жир-7.31, Угл-10.91
200	Чай с лимоном	кКал-40, Бел-0.3, Жир-0.1, Угл-9.5, С-1
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 5-11 класс кКал-452.58, Бел-18.25, Жир-13.27, Угл-65.12,
С-2.95

Итого за день кКал-17 176.7, Бел-153.09, Жир-944.26,
Угл-2 016.92, С-5.9

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектоп

